交往焦虑量表（IAS）

编号\_\_\_\_\_\_\_\_ 姓名\_\_\_\_\_\_\_\_ 性别\_\_\_\_ 年龄\_\_\_\_

测验日期\_\_\_\_\_\_\_\_\_

指导语：请认真阅读下面的每个条目，并决定其陈述对你适用或其真实的程度。

根据以下标准在相应的条目上进行选择。

　　1－与我一点儿也不相符 计1分

　　2－与我有一点儿相符 计2分

　　3－与我中等程度相符 计3分

　　4－与我非常相符 计4分

　　5－与我极其相符 计5分

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

题目 选择

1.即使正非正式的聚会上，我也常感到紧张。　　 　　　　 1-2-3-4-5

2.与一群不认识的人在一起时，我通常感到不自在。　 　　 1-2-3-4-5

3.在与一位异性交谈时我通常感到轻松。　（R）　　 　 1-2-3-4-5

4.在必须同老师或上司谈话时，我感到紧张。 1-2-3-4-5

5.聚会常会使我感到焦虑及不自在。 1-2-3-4-5

6.与大多数人相比，我在社会交往中可能较少羞怯。（R） 1-2-3-4-5

7.在与我不太熟悉的同性谈话时，我常常感到紧张。 1-2-3-4-5

8.在求职面试时我会紧张的。 1-2-3-4-5

9.我希望自己在社交场合中信心更足一些。 1-2-3-4-5

10.在社交场合中，我很少感到焦虑。 （R） 1-2-3-4-5

11.一般而言，我是一个害羞的人。 1-2-3-4-5

12.在与一位迷人的异性交谈时我经常感到紧张。 1-2-3-4-5

13.给不太熟的人打电话时我通常觉得紧张。 1-2-3-4-5

14.我在与权威人士谈话时感到紧张。 1-2-3-4-5

15.即使处于一群和我相当不同的人群之中，通常我仍感到放松。（R） 1-2-3-4-5

注：将标有（R）的评分倒序（即5改为1，1改为5）后再计算总分。

本量表是Leary于1983年建立的，主要用于测量个体关于社交情境中主观焦虑体验的倾向。总评分范围从15（表示社交焦虑程度最低）到75（表示社交焦虑程度最高）。美国青年人的均值为38.9。本量表对于区分主观上的焦虑和外表上的行为表现是有帮助的，对于评估那些害怕人际交往同学的焦虑程度是实用的一种工具。